

Hãy lên tiếng vì sức khỏe của quý vị



Các bác sĩ và các nhà cung cấp khác của quý vị sẽ nỗ lực hết sức để giúp quý vị luôn khỏe mạnh. Nhưng họ có thể không biết nếu quý vị gặp khó khăn trong việc thấu hiểu nhau. Trước cuộc hẹn, hãy sẵn sàng chia sẻ về những điều có ý nghĩa quan trọng đối với quý vị. Đọc tiếp để bắt đầu.

Lập danh sách trước cuộc hẹn

Trước khi đến thăm khám với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe, quý vị hãy tự hỏi bản thân một số câu hỏi như sau:

- Mục tiêu sức khỏe của tôi là gì?
- Tôi muốn cho nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của mình biết về những triệu chứng nào?
- Tôi còn muốn trao đổi bất kỳ vấn đề hoặc mối quan ngại nào khác không?

Viết câu hỏi của quý vị ở mặt bên kia của tờ rơi này.

Lập một danh sách khác về các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe và bác sĩ chuyên khoa mà quý vị đã thăm khám gần đây. Bao gồm cả các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe mà quý vị đang có ý định thăm khám. Đưa danh sách này cho nhà cung cấp của quý vị. Nhà cung cấp đó sẽ đảm bảo điều phối dịch vụ chăm sóc cho quý vị cùng các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe khác của quý vị.

Xác định những mong muốn của quý vị trong buổi thăm khám

Tiếp theo, hãy nghĩ đến những mong muốn của quý vị ngoài buổi thăm khám. Trao đổi ngay với nhà cung cấp về những kỳ vọng của quý vị. Hỏi nhà cung cấp về những điều mà họ mong đợi từ quý vị. Đây là bước quan trọng đầu tiên đóng vai trò tích cực trong hành trình chăm sóc sức khỏe của quý vị.

Cho nhà cung cấp của quý vị biết quý vị cần bao nhiêu thời gian cho buổi thăm khám của mình. Quý vị có thể đặt lịch cho một cuộc hẹn khác nếu quý vị cần thêm thời gian để nêu ra tất cả các câu hỏi của mình.

Nhắc lại những điều quý vị nghe thấy

Quý vị có thể khó ghi nhớ những điều mà nhà cung cấp trao đổi với quý vị. Điều này đặc biệt đúng khi quý vị bị ốm hoặc có cảm giác lo lắng. Đảm bảo rằng quý vị hiểu rõ bằng cách nói: "Cảm ơn bác sĩ đã cung cấp cho tôi thông tin đó. Không biết liệu tôi đã hiểu đúng chưa. Tôi nghe thấy bác sĩ nói . . ." Quý vị có thể yêu cầu nhà cung cấp của mình nhắc lại.

Ghi chú. Sau buổi thăm khám, hãy đọc những ghi chú và xem lại những gì quý vị đã tìm hiểu.

[lật sang →](#)

Các câu hỏi về tình trạng ốm đau hoặc bệnh tật:

- Tôi có nguy cơ mắc một số bệnh hoặc bệnh lý nhất định nào không? Đó là bệnh gì?
- Tôi có thể làm gì để khỏe mạnh hơn? Tôi có thể bắt đầu với một số bước đơn giản nào?
- Nếu tôi ăn thực phẩm lành mạnh hơn thì có tạo ra sự khác biệt nào không? Tập thể dục thì sao? Hãy cho tôi biết về những cách đơn giản mà tôi có thể bắt đầu.

Các câu hỏi về kết quả chẩn đoán của tôi:

- Điều gì có thể là nguyên nhân gây ra bệnh trạng này?
- Bệnh trạng này có kéo dài vĩnh viễn không?
- Bác sĩ có thể giúp tôi điều trị hoặc kiểm soát bệnh trạng này như thế nào?
- Liệu bệnh trạng này có ảnh hưởng lâu dài đến lối sống của tôi không? Nếu có, tôi có thể chịu những ảnh hưởng gì?

Tôi muốn hỏi nhà cung cấp của mình điều gì? Các câu hỏi về thuốc:

- Các tác dụng phụ thường gặp là gì?
- Thuốc này có tương tác với bất kỳ loại thuốc nào khác của tôi không?
- Khi nào thuốc này bắt đầu có tác dụng?
- Tôi nên làm gì nếu quên một liều dùng?

Các câu hỏi về xét nghiệm y tế:

- Tại sao chúng ta cần thực hiện xét nghiệm này?
- Tôi nên chuẩn bị trước như thế nào?
- Khi nào tôi sẽ nhận được kết quả?

Các câu hỏi về điều trị:

- Tôi có những lựa chọn gì?
- Những lựa chọn của tôi có ưu và nhược điểm gì?
- Có phương pháp điều trị nào khác mà tôi nên cân nhắc không?

Tôi muốn hỏi nhà cung cấp của mình điều gì?

1. _____
2. _____
3. _____

Tôi có thể làm gì để cải thiện sức khỏe của mình?

1. _____
2. _____
3. _____

Tôi có thể chuẩn bị cho buổi thăm khám tiếp theo của mình như thế nào?

1. _____
2. _____
3. _____

ODS Community Dental



Moda, Inc. tuân thủ luật dân quyền hiện hành của liên bang và không phân biệt đối xử dựa trên chủng tộc, màu da, nguồn gốc quốc gia, tuổi tác, tình trạng khuyết tật hoặc giới tính. ATENCIÓN: Si habla español, hay disponibles servicios de ayuda con el idioma sin costo alguno para usted. Llame al 1-877-605-3229 (TTY: 711). 注意：如果您說中文，可得到免費語言幫助服務。請致電 1-877-605-3229（聾啞人專用：711）